



Helitaanka Taageerada Sanadaha Hore

Dhammaan dadka deggan Nova Scotia ee uurka leh ama haysta carruur yaryar waxay taageero ka heli karaan Caafimaadka Dadweynaha. Waxaad si toos ah ula xiriiri kartaa Caafimaadka Dadweynaha, ama waxaa kuu gudbin kara bixiye daryeel caafimaad ama urur bulsho, sida Xarunta Waxtarmada Qoyska. Macluumaadka xiriirka kooxda Sanadaha Hore ee Caafimaadka Dadweynaha ee degaankaaga ayaa ku yaal dhabarka bug yarahan.

Helitaanka adeegyada waxaa lagu dhiirigeliyaa sida ugu dhaqsaha badan ee suurtoogalka ah xilliga uurka, ugu habboon 16 toddobaad. Haddi aad la xidhiidho Sannadaha Hore, ama uu qof kale kuu soo gudbiyo, waxa lagugu wargelin doonaa heerka gudbintaada iyo adeegyada ku habboon baahiyahaaga.

La xiriir Sanadaha Hore

Aaga Dhexe

Aagga Halifax, Bariga Shore, Waqooyiga Hants
902-481-4967 / 1-800-430-9557 (Lacag La'aan)
earlyyears cz@nshealth.ca

Aagga Bari

Cape Breton, Guysborough, Antigonish
902-563-2400 / 1-833-867-0880 (Lacag La'aan)
earlyyearsez@nshealth.ca

Aagga Waqooyi

Colchester-East Hants, Cumberland, Pictou
902-667-3319 / 1-800-767-3319 (Lacag La'aan)
nzeynurses@nshealth.ca

Aagga Galbeed

Annapolis Valley, South Shore, South West
1-833-601-0949 (Lacag La'aan)
earlyyearswz@nshealth.ca

Naga hel Onlaynka

*Aaladda internetka ayaa laga heli karaa
boggan oo Ingiriis keliya ah.*



[www.nshealth.ca/
Pregnancy-Supports](http://www.nshealth.ca/Pregnancy-Supports)



[www.nshealth.ca/
Parenting-Supports](http://www.nshealth.ca/Parenting-Supports)



Public Health

Sanadaha Hore

Adeegyada uurka
iyo barbaarinta
ee Caafimaadka
Dadweynaha



Public Health



Bilowga Caafimaadkaealhy

Bilawga caafimaadka qaba waxay u adeegtaa sidii qoyska marka ugu horraysa ee la taabto sannadaha hore. Kalkaaliyayaasha Caafimaadka Dadweynaha (KCD) waxay la kulmaan qoys ka mid ah qoysaska si ay u ogaadaan adeegga Sannadaha Hore ee sida ugu wanaagsan ugu habboon baahidooda. Waxay sii wadaan inay taageeraan qoysaska xilliga uurka iyo ka dib marka ilmuhu dhasho.

Kalkaaliyayaasha Caafimaadka Dadweynaha waxay ku siin karaan taageero iyo hagitaan arrimaha sida:

- Quudinta dhallaanka
- Hurdo
- Caafimaadka maskaxda
- Kobaca iyo horumarka
- Tallaalka
- Nafaqada
- Xiriirka waalidka iyo ilmaha
- Taageerada bulshada
- Iyo qaar kaloo badan

Kalkaaliyayaashu waxay la shaqeeyaan xirfadlayaasha caafimaadka ee isbahaysiga ah iyo ururada bulshada si loo hubiyo in dadku ay helaan macluumaadka iyo adeegyada ugu fiican si ay u daboolaan baahidooda.



Booqashada Guriga oo La Wanaajiyey

Booqashada Guriga La Wanaajiyey (BGLW) waa bilaash, barnaamij booqasho guri oo ikhtiyaari ah. Xirfadlayaasha la tababaray ee loo yaqaan Booqdayaasha Guriga Beesha waxay raacaan manhaj ku salaysan caddayn si ay u taageeraan xirfadaha waalidnimada iyo korriinka ilmaha, ka caawiyaan macaamiisha inay gartaan oo ay gaadhaan yoolalka, iyo sahaminta iyo dhisidda xooggooda.

Soo booqdayaasha Guriga Beesha waxay ku siin karaan hagitaan sida:

- Quudinta dhallaanka
- Waalidnimada
- Koritaanka iyo korriinka ubadka
- Xiriirka waalidka iyo ilmaha
- Iyo qaar kaloo badan

Soo-booqdayaasha Guriga Beesha ayaa sidoo kale laga yaabaa inay la shaqeeyaan PHN-yada ama xirfadlayaasha caafimaadka ee xulafada ah si ay u taageeraan baahiyaha gaarka ah ee qoysaska. Taageeradu waxay bilaaban kartaa xilliga uurka waxayna socon kartaa ilaa saddex sano ka dib marka ilmuhu dhasho.



Iskaashatada Kalkaaliyaha-Qoyska

Iskaashatada Kalkaaliyaha-Qoyska (IKQ) waa lacag-la'aan, barnaamij booqasho guri oo iskaa wax u qabso ah, kaas oo ku lamaan KCD si gaar ah u tababaran iyo qofka uurka leh ee ilmahooda ugu horreeya leh oo ka faa'iidayaan kara taageero dheeraad ah.

Wadashaqeyntu waxay bilaabataa goor hore, ka hor 28 toddobaad ee uurka, waxayna socotaa ilaa dhalashadiisa labaad ee ilmaha. Waxaa loogu talagalay:

- Caawin hagaajinta natiijooyinka uurka
- Ka caawinta carruurta inay helaan natiijooyin caafimaad iyo horumar wanaagsan
- U deji qoysaska dariiqa ugu wanaagsan ee loo maro nolol caafimaad leh oo farxad leh

Si loo gaaro yoolalkan, KCD waxay la shaqeysaa macmiilka si ay u aqoonsadaan yoolalkooda shakhsi ahaaneed iyo waalidnimada, si ay u taageeraan horumarinta xirfadaha, iyo inay si madax-bannaan u socdaan marka iskaashigu dhammaado.